

Spis treści

Jadłospis obowiązujący od 26.01.2026 do 30.01.2026 r.	2
Poniedziałek 26.01.2026	2
Śniadanie	2
Pierwsze danie:	3
Drugie danie:	3
Wtorek 27.01.2026	4
Śniadanie:	4
Pierwsze danie:	4
Drugie danie:	5
Środa 28.01.2026	6
Śniadanie	6
Pierwsze danie:	6
Drugie danie:	7
Czwartek 29.01.2026	8
Śniadanie	8
Pierwsze danie:	9
Drugie danie:	9
Piątek 30.01.2026	10
Śniadanie:	10
Pierwsze danie:	10
Drugie danie:	11
Legenda (objaśnienia):	12

Jadłospis obowiązujący od 26.01.2026 do 30.01.2026 r.

Poniedziałek 26.01.2026

Śniadanie

Kaszka kukurydziana na mleku

Składniki:

- Kaszka kukurydziana , **mleko**

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą miodową

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- miód

Herbata czarna z cytryną i miodem

Składniki:

- Herbata czarna, cytryna, miód

Półmisek warzywno - owocowy

Składniki:

- Pomarańcza, papryka kolorowa, marchew

Pierwsze danie:

Zupa grochowa z kielbaską i ziemniakami

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, groch łuskany, ziemniaki, żeberka, kielbasa wiejska, majeranek, wegeta naturalna, pieprz ziółowy

Bułka z masłem i szczypiorkiem

Składniki:

- Bułka pszenna (**gluten pszenny**), masło (**mleko i jego pochodne**), szczypiorek

Drugie danie:

Makaron wstążka w sosie serowo – warzywnym z filetem z indyka

Składniki:

- makaron wstążki (**gluten pszenny, jajka**), brokuł, kalafior, marchew, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), ser mozzarella i mascarpone (**mleko i jego pochodne**), filet z indyka, naturalna przyprawa do drobiu, olej, czosnek świeży, cebulka, zioła prowansalskie, sól.

Kompot owocowy

Składniki:

- mango, jabłko, gruszka, śliwka, porzeczka czarna, cukier

Wtorek 27.01.2026

Śniadanie:

Kakao na mleku

Składniki:

- mleko (**mleko**), kakao naturalne

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, bułka trójka z masłem i dżemem malinowym

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Bułka trójka z kruszonką (**gluten pszenny, mleko i jego pochodne, jajka**)
- Dżem malinowy

Herbata z truskawkowa

Składniki:

- Herbata zwykła i truskawkowa, miód, cytryna

Ogórek zielony do chrupania

Pierwsze danie:

Zupa pomidorowa krem z ryżem

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, masło klarowane (**mleko i jego pochodne**), pomidory, koncentrat pomidorowy, ryż, ziele angielskie, liść laurowy, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), kucharek naturalny.

Jabłko

Drugie danie:

Schab pieczony ze śliwką w sosie własnym. Ziemniaki. Sur. z czerwonej kapusty, jabłka i marchewki

Składniki:

- Schab, śliwka suszona, cebula, papryka czerwona sypka, sól, pieprz, czosnek świeży, olej, mąka tortowa (**gluten pszenny**). Ziemniaki. Czerwona kapusta, jabłko, marchew, musztarda (**gorczyca**), oliwa z oliwek, ocet jabłkowy, sól, pieprz.

Kompot owocowy

Składniki:

- Jabłko, cynamon, cukier

Środa 28.01.2026

Śniadanie

Kawa Inka na mleku

Składniki:

- mleko (**mleko**), kawa zbożowa (**gluten żytni i jęczmienny**), cukier

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą rybną, ogórkiem kiszonym i szczypiorkiem

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Makrela, pomidory
- Pieprz ziołowy
- Ogórek kiszony, szczypiorek

Herbata cytrynowo - ziołowa

Składniki:

- Herbata zwykła, melisa, miód, cytryna

Mandarynka

Pierwsze danie:

Zupa szparagowa z ziemniakami i kawałkami mięsa

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, szparagi, karkówka, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), pieprz, sól, ziele angielskie, liść laurowy, wegeta naturalna, zielona pietruszka.

Tosty z serem żółtym i szynka

Składniki:

- Pieczywo tostowe (**gluten pszenny**), ser żółty gouda (**mleko i jego pochodne**), wędlina drobiowa.

Drugie danie:

Bułeczki na parze z musem truskawkowo – jogurtowym. Kalarepa do chrupania

Składniki:

- Bułeczki na parze (**gluten pszenny, jajka**), jogurt naturalny (**mleko i jego pochodne**), truskawki, cukier trzcinowy. Kalarepa.

Kompot owocowy

Składniki:

- jabłko, śliwka, czarna porzeczka, cukier

Czwartek 29.01.2026

Śniadanie

Kasza manna na mleku

Składniki:

- kasza manna (**gluten pszenny**), mleko (**mleko**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, pastą jajeczno - warzywną, kielkami brokuła

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- **Jajka**
- Marchew, pietruszka, **seler**, por
- Masło klarowane (**mleko i jego pochodne**)
- kielki, szczypiorek
- Sól, pieprz

Herbata owocowa - ziołowa

Składniki:

- Herbata zwykła, melisa z jabłkiem, cytryna, miód

Banan

Pierwsze danie:

Zupa kalafiorowa z ziemniakami

Składniki:

- Marchew, pietruszka, **seler**, por, ziemniaki, kalafior, kurczak, śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól, pieprz, kucharek naturalny, lubczyk.

Rogaliki drożdżowe z marmoladą

Składniki:

- Mąka tortowa (**gluten pszenny**), **jajka**, drożdże, masło (**mleko i jego pochodne**), cukier puder, cukier wanilinowy, cukier, śmietana 18% kwaśna (**mleko i jego pochodne**), marmolada .

Drugie danie:

Zapiekanka włoska z mięsem mielonym i serem mozzarella

Składniki:

- Makaron muszelka (**gluten pszenny, jajka**), łopatka wieprzowa, pomidory, koncentrat pomidorowy, ketchup pikantny, sól, pieprz, cebulka, czosnek świeży, olej, ser mozzarella (**mleko i jego pochodne**).

Kompot gruszkowy

Składniki:

- gruszka, cukier trzcinowy,

Piątek 30.01.2026

Śniadanie:

Makaron literki na mleku

Składniki:

- **mleko**, makaron literki (**gluten pszenny, jajka**)

Kanapki z pieczywa mieszanego z masłem, wędliną drobiową, sałatą, rzodkiewką i zieleniną

Składniki:

- Pieczywo pszenno - żytnie (**gluten pszenny, żytni**)
- Masło (**mleko i jego pochodne**)
- Wędlina drobiowa
- Sałata, rzodkiewka, szczypiorek

Herbata miętowa z cytryną

Składniki:

- Herbata zwykła, miętowa, miód, cytryna

Pomarańcza

Pierwsze danie:

Zupa ryżowa

Składniki:

- pietruszka, **seler**, por, marchew, kurczak, ryż, czosnek świeży, sól, pieprz, wegeta naturalna,

Paluchy sezamowe z ziołami

Składniki:

- ciasto francuskie (**gluten pszenny, masło, jajka**), **sezam**, zioła prowansalskie, oliwa z oliwek

Drugie danie:

Ryba w cieście naleśnikowym. Ziemniaki. Mizeria.

Składniki:

- Morszczuk (**ryby**), naturalna przyprawa do ryb, **jajka**, mąka tortowa (**gluten pszenny**), mleko (**mleko i jego pochodne**), olej. Ziemniaki, sól. Ogórek zielony, jogurt naturalny i śmietana 18% (**mleko i jego pochodne**), sól pieprz.

Kompot jabłkowy

Składniki:

- Jabłka, cukier trzcinowy

Legenda (objaśnienia):

Substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji są oznaczone wytłuszczonym drukiem

Ilość cukru trzcinowego: 6 g w 220 ml kompotu